

ПРИКАЗ

31.08.2021

№ 103

с. Красноармейское

Об организации
горячего питания в школе

В целях обеспечения социальных гарантий обучающихся школы, охраны и укрепления их здоровья, создания необходимых условий для предоставления качественного, сбалансированного питания учащимся и работникам школы

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать питание в школе в соответствии с правилами и нормами СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».
2. Утвердить 12-дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов (с 7 по 11 лет), сезон: осень-зима (Приложение №1).
3. Утвердить 12-дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся 5-11 классов (с 11 лет), сезон: осень-зима (Приложение №2).
4. Назначить ответственным за организацию питания в учреждении Николаеву И.А. заместителя директора по воспитательной работе.
5. Назначить ответственным за организацию питания детей с ОВЗ, детей многодетных семей, детей из многодетных малоимущих семей, обучающихся 1-4 классов Ефимову Татьяну Валерьевну, социального педагога.
6. Ответственному за питание в школе Николаевой И.А.:
 - своевременно предоставлять полную информацию по вопросам организации питания школьников их родителям и педагогическим работникам школы и на сайте школы;
 - осуществлять действенный контроль за выполнением плана мероприятий по формированию культуры здорового питания, ведение документации и отчетности по реализации образовательной программы «Разговор о правильном питании»;
 - организовать обслуживание обучающихся горячим питанием путем предварительного накрытия столов дежурными детьми старше 14 лет под руководством дежурного учителя;
 - ежедневно размещать файлы ежедневного меню горячего питания на сайте школы в баннере «Школьное питание» в виде электронных таблиц унифицированной структуры.

7. Ответственному за льготное питание, Ефимовой Татьяне Владимировне, социальному педагогу:

- составить базу данных по льготному питанию и систематически ее корректировать в соответствии с «Правилами предоставления субсидий из республиканского бюджета Чувашской Республики бюджетам муниципальных районов, бюджетам муниципальных округов и бюджетам городских округов на дополнительное финансовое обеспечение мероприятий по организации бесплатного горячего питания детей из многодетных малоимущих семей, обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего общего образования в муниципальных образовательных организациях»;
- своевременно оформлять необходимую документацию (отчеты по льготному питанию и бесплатному питанию школьников 1-4 классов др.) и предоставлять ее в централизованную бухгалтерию.
- осуществлять контроль соответствия базы данных по льготному питанию, бесплатному питанию и количества питающихся.

6. Классным руководителям:

- организовать пропаганду преимущества и полезности вкусной и здоровой пищи среди учащихся класса и их родителей;
- способствовать увеличению показателя охвата горячим питанием учащихся класса;
- вести строгий учет охвата горячим питанием обучающихся класса;
- обеспечить соблюдение правил личной гигиены учащихся класса;
- ежедневно осуществлять контроль за приемом пищи учащихся класса.

8. В целях упорядочения работы столовой школы установить следующий режим приема пищи:

Время	Номер перемены	Классы	Завтрак/обед
8.40	1 перемена	1а, 1б, 1в, 2б, 5-11	завтрак
9.40-9.55	2 перемена	2а,3б,4б	завтрак
9.55-10.15	2 перемена	2в, 3а,3в,4а	завтрак
10.40-10.55	3 перемена	5б,6б, 7б	обед
10.15 – 10.55	3 перемена	5а, 6а, 7а, 7в	обед
11.00		1а, 1б, 1в	обед
11.40-11.55	4 перемена	8б, 9а, 10	обед
11.55- 12.15	4 перемена	8а, 9б, 11а, 11б	обед
12.40-13.15	5 перемена	2а,2б, 3б,4б, 2в, 3а,3в,4а	обед

9. Заместителю директора по АХР Васильеву А.И.:

- обеспечить исправность оборудования на пищеблоке, в подсобных помещениях, исправность мебели, своевременно осуществлять его капитальный, текущий ремонт;
- осуществлять технический надзор за всеми инженерными коммуникациями;
- обеспечить наличия торгового, холодильного, технологического и его комплектующих на пищеблоке, необходимого количества кухонной, столовой посуды и спец.инвентаря;
- обеспечить наличие необходимого количества моющих и дезинфицирующих средств для мытья посуды, столовой мебели и уборки помещений;

- выполнять санитарно-гигиенические, санитарно-технические и профилактические мероприятия, препятствующих обитанию, размножению, расселению бытовых насекомых и грызунов;
- обеспечить своевременность качественного проведения влажной уборки помещений пищеблока, обеденного зала;
- осуществлять капитальный и текущий ремонт всех помещений столовой.

9. Дежурному администратору:

- проводить контроль соответствия дневного меню и предлагаемых учащимся приготовленных блюд;
- проводить контроль качества приготовленных.

10. Дежурному учителю:

- обеспечить организованное посещение обеденного зала столовой учащихся в сопровождении учителя;
- не допускать вход в обеденный зал учащихся и работников школы в верхней одежде;
- не разрешать учащимся выносить из столовой продукты питания и столовые приборы;
- назначить дежурных, следящих за соблюдением дисциплины.

11. С целью проверки за организацией и качеством питания учащихся в школе назначить комиссию общественного контроля в составе:

Тимофеевой С.В. – медицинской сестры филиала «Красноармейская ЦРБ» Бюджетного учреждения Чувашской Республики "Больница скорой медицинской помощи" Министерства здравоохранения Чувашской Республики (по согласованию);

Аркадьевой О.С. - председателя первичной выборной профсоюзной организации;

Николаевой И.А. - зам. директора по ВР;

Ефимовой Д.Ф. - социального педагога;

Дмитриева В.Н. – председателя Совета Отцов;

12. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор школы:



И.А.Федорова

С приказом ознакомлены:

**12-дневное меню рационов питания
обучающихся МБОУ «Траковская СОШ»
возрастная категория 7-11 лет (осень 2021- зима 2022)**

1-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,06	15,22	59,00	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
	ИТОГО		21,79	17,79	55,77	492,00	0,18	0,21	4,08	1,21	185,33	23,80	187,72	3,46	
ОБЕД															
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	3,05	5,65	53	0,01	0,01	9,54	1,38	25,87	9,86	17,99	0,33	
139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХО	200	4,71	3,73	15,96	118	0,05	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67	
493	ПТИЦАМ ТУШЕННАЯ В СМЕТАН.СОУСЕ	90 (45/45)	10,85	8,82	2,03	131	0,07	0,06	0,47	2,21	16,68	14,11	115,83	0,93	
516	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0	28,88	116	0	0	0,4	0	44,8	6	15,4	1,26	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
	ИТОГО		25,07	21,09	88,64	754	0,18	0,39	19,61	5,34	142,77	77,43	299,37	7,25	
	ВСЕГО		46,86	38,88	144,41	1246	0,36	0,6	23,69	6,55	328,1	101,23	487,09	10,71	

2-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,3	3,9	0	36	0,04	0	0,16	0,05	100	5	54	0,11	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	180/5	17,63	12,96	23,61	267,00	0,09	0,23	1,18	0,14	165,01	50,27	148,10	1,32	
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0	0,1	0	5,25	4,4	8,24	0,87	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
ИТОГО:			23,17	17,25	58,06	456	0,13	0,27	1,44	0,63	278,26	65,27	236,34	2,74	
ОБЕД															
62	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,32	2,82	4,5	52,92	3,2	10,2	34,2	3,5	18,2	22,4	30,7	0,8	
110	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,47	4,67	7,31	89	0,09	0,03	8,81	0,17	36,95	19,46	43,72	0,95	
462	ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197	0,01	0,05	1,86	4,25	16,35	6,76	35,53	0,33	
508	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,76	6,62	43,08	271	0,05	0,08	0	0,55	14,49	138,62	207,51	4,65	
79	ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО:			22,27	28,84	89,09	829,92	3,35	10,4	45,91	9,3	106,52	202,62	376,87	9,55	
ВСЕГО:			45,44	46,09	147,15	1285,92	3,48	10,67	47,35	9,93	384,78	267,89	613,21	12,29	

3-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1/2	2,55	2,3	0,15	31,5	0,04	0	0,18	0	27,5	92,5	27	1,5	
302	КАША МОЛОЧ.РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180/5	22,08	15,42	26,55	244	0,08	0,07	1,18	0,24	116,06	32,92	143,25	0,51	
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	3,6	28,7	152	0,02	1	0,1	0	61	45	7	1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
ИТОГО:			30,17	21,66	74,84	523,50	0,14	1,11	1,46	0,68	212,56	176,02	203,25	3,45	
ОБЕД															
45	САЛАТ ИЗ КВАШ,КАПУСТЫ С РА МАСЛОМ	60	0,96	3,04	5	52	0	0,01	15,18	1,26	25,25	8,62	18,55	0,35	
132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,88	5,1	13,92	113	0,07	0,07	13,44	0,17	23,1	21,8	55,31	0,81	
371	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ	90 (50/40)	14,07	6,66	3,63	153	0,02	0,02	1,19	1,43	34,75	23,2	159,11	0,77	
520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,22	5,56	22	155	0,09	0,16	25,94	0,13	40,45	32,67	95,63	1,17	
638	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,36	0	33,16	128	0	0,05	0	0,1	16,4	8,4	25,8	0,66	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГ:			23,31	20,96	78,31	727	0,18	0,35	55,75	3,87	154,35	106,09	406,60	6,00	
ВСЕГО:			53,48	42,62	153,15	1250,5	0,32	1,46	57,21	4,55	366,91	282,11	609,85	9,45	

4-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ	10	0,05	8,25	0,08	75	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02	
302	КАША МОЛОЧ.ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/5	7	9,2	27	224	0,08	0,26	1,18	0,59	181,66	65,12	140,3	1,86	
297	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,65	17,36	86	0,02	0,02	0,75	0,00	65,25	11,40	53,24	0,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
ИТОГО			11,69	19,44	63,88	481	0,20	0,32	1,93	1,03	256,11	82,16	221,44	3,22	
75	ИКРА МОРКОВНАЯ ИЛИ СВЕКОЛЬНАЯ	60	0,78	2,51	4,74	43,93	3,2	0,04	6,51	2,39	98,42	17,27	55,67	0,69	
124	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,46	4,75	6,22	79	0,08	0,04	14,64	0,14	38,49	17,29	41,11	0,68	
388	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	90 (50/4)	9,38	16,1	10,1	179	0	0,05	1	2,08	23,75	7,39	50,15	0,48	
302	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
631	КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	27,87	109	0,01	0,01	6,6	0,08	6,88	3,6	4,4	0,95	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО			19,92	29,01	85,05	746,93	3,34	0,27	28,75	6,23	192,24	65,11	248,81	5,86	
ВСЕГО:			31,61	48,45	148,93	1227,93	3,54	0,59	30,68	7,26	448,35	147,27	470,25	9,08	

5-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,3	3,9	0	36	0,04	0	0,16	0,05	100	5	54	0,11	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,06	15,22	59,00	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
ИТОГО			23,23	17,26	58,27	458,00	0,13	0,27	4,24	0,63	261,06	66,11	257,88	2,78	
ОБЕД															
52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,76	9,04	4,59	103,00	0,01	0,01	5,10	4,02	18,87	11,22	21,93	0,71	
140	СУП КАРТОФ.С МАКАРОН.ИЗДЕ.	200	2,26	4,3	16,68	117	0,06	0,08	13,2	0,23	18,63	19,61	52,91	0,85	
436	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	16,96	15,11	15,09	252,85	0,15	15,21	0,00	0,60	29,84	308,22	59,67	4,37	
639	КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0	28,88	116	0	0	0,4	0	44,8	6	15,4	1,26	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО			23,24	29,05	65,84	714,85	0,22	15,34	18,70	5,63	126,54	356,45	202,11	9,43	
ВСЕГО			46,47	46,31	124,11	1172,85	0,35	15,61	22,94	6,26	387,6	422,56	459,99	12,21	

6-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМ	10	0,05	8,25	0,08	75	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02	
302	КАША МОЛОЧ.МАННАЯ С МАСЛОМ	180/5	17,66	20,19	20,38	244	0,08	0,1	1,23	0,43	174,02	20,72	69,12	0,52	
693	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,04	3,39	27,91	149	0	0,141	1,16	0	113,1	0	0	0,93	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
ИТОГО			23,79	32,17	67,81	564	0,18	0,28	2,39	0,87	296,32	26,36	97,02	1,91	
ОБЕД															
71	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,82	6,07	4,52	76	0,54	0,03	7,77	2,72	16,83	11,12	24,65	0,46	
134	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,51	3,32	9,24	106	0,04	0,04	8	0,32	19,28	16,62	40,84	0,53	
451	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	90 (50/4)	9,38	16,1	10,1	179	0	0,05	1	2,08	23,75	7,39	50,15	0,48	
534	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	4,52	15,3	115	0,42	0,6	79,72	1,5	87,66	31,59	63,36	1,22	
638	КАМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0	30,96	123	0,7	0,02	0,8	1,1	32,4	21	29,2	0,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО			19,17	30,61	70,72	725	1,70	0,78	97,29	8,50	194,32	99,12	260,40	5,63	
ВСЕГО			42,96	62,78	138,53	1289	1,88	1,06	99,68	9,37	490,64	125,48	357,42	7,54	

7-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,3	3,9	0	36	0,04	0	0,16	0,05	100	5	54	0,11	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
297	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,65	17,36	86	0,02	0,02	0,75	0,00	65,25	11,40	53,24	0,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
			25,38	15,03	57,83	480	0,14	0,23	2,09	1,26	341,33	34,92	283,28	3,54	
ОБЕД															
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	3,05	5,65	53	0,01	0,01	9,54	1,38	25,87	9,86	17,99	0,33	
139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,71	3,73	15,96	118	0,05	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67	
493	ПТИЦАМ ТУШЕННАЯ В СМЕТАН.СОУСЕ	90 (45/45)	10,85	8,82	2,03	131	0,07	0,06	0,47	2,21	16,68	14,11	115,83	0,93	
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
79	ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
	ИТОГО		24,97	21,11	84,29	733	0,18	0,39	20,25	5,39	104,1	75,41	291,18	6,57	
	ВСЕГО		50,35	36,14	142,12	1213	0,32	0,62	22,34	6,65	445,43	110,33	574,46	10,11	

8-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,20	4,30	22,00	132	0,03	0,02	8,00	0,40	8,00	5,00	14,00	0,30	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	180/5	17,63	12,96	23,61	267,00	0,09	0,23	1,18	0,14	165,01	50,27	148,10	1,32	
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0	0,1	0	5,25	4,4	8,24	0,87	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
ИТОГО			22,13	17,66	80,27	554,00	0,12	0,29	12,08	0,98	189,06	66,11	197,88	2,97	
ОБЕД															
62	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,32	2,82	4,5	52,92	3,2	10,2	34,2	3,5	18,2	22,4	30,7	0,8	
110	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,47	4,67	7,31	89	0,09	0,03	8,81	0,17	36,95	19,46	43,72	0,95	
452	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	90 (50/4	14,14	18,68	5,4	213	0,08	0,07	0,52	2,03	18,53	15,68	128,74	1,03	
511	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,11	38,61	228	0,07	0,04	0	0,44	5,13	27,03	82,28	0,55	
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0	28,88	116	0	0	0,4	0	44,8	6	15,4	1,26	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО			23	32,88	85,3	823,92	3,44	10,38	43,93	6,92	138,01	101,97	353,04	6,83	
ВСЕГО			45,13	50,54	165,57	1377,92	3,56	10,67	56,01	7,9	327,07	168,08	550,92	9,8	

9-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
97	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМ	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02	
302	КАША МОЛОЧ.РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180/5	22,08	15,42	26,55	244	0,08	0,07	1,18	0,24	116,06	32,92	143,25	0,51	
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0	0,1	0	5,25	4,4	8,24	0,87	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
			25,37	24,06	61,08	472	0,18	0,11	1,28	0,68	130,51	42,96	179,39	1,84	
ОБЕД															
45	САЛАТ ИЗ КВАШ,КАПУСТЫ С РАС. МАСЛОМ	60	0,96	3,04	5	52	0	0,01	15,18	1,26	25,25	8,62	18,55	0,35	
124	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,46	4,75	6,22	79	0,08	0,04	14,64	0,14	38,49	17,29	41,11	0,68	
388	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	90(50/4)	9,3	9,12	11,61	169	10,01	0,05	1,01	2,91	31,55	17,43	77,05	0,69	
520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,22	5,56	22	155	0,09	0,16	25,94	0,13	40,45	32,67	55,63	1,17	
638	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,57	0	34,41	136	0,01	0,08	0,75	0,45	20,4	25,5	20,75	0,81	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
	ИТОГО		18,07	22,17	78,94	703	0,19	0,38	57,52	5,67	170,54	112,91	265,29	5,94	
ВСЕГО			18,33	23,07	79,84	717	0,19	0,38	57,52	5,67	170,54	112,91	265,29	5,94	

10-й день Завтрак

№ По Р.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
07	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,3	3,9	0	36	0,04	0	0,16	0,05	100	5	54	0,11	
02	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ МАСЛОМ	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
09	ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
			23,31	17,22	67,58	494	0,13	0,27	2,38	0,68	259,14	64,85	255,31	2,45	
ДБЕД															
05	ИКРА МОРКОВНАЯ ИЛИ СВЕКОЛЬНАЯ	60	0,78	2,51	4,74	43,93	3,2	0,04	6,51	2,39	98,42	17,27	55,67	0,69	
34	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЮ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,51	3,32	9,24	106	0,04	0,04	8	0,32	19,28	16,62	40,84	0,53	
098	КОТЛЕТЫ РУБ.ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	90(50/4)	11,1	8,5	2,76	171	0	0,07	1,01	2,96	42,63	18,03	117,32	1,12	
008	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,76	6,62	43,08	271	0,05	0,08	0	0,55	14,49	138,62	207,51	4,65	
038	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,36	0	33,16	128	0	0,05	0	0,1	16,4	8,4	25,8	0,66	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
	ИТОГО		23,31	17,22	67,58	494	0,13	0,27	2,38	0,68	259,14	64,85	255,31	2,45	
	ВСЕГО		48,64	38,77	161,16	1338,93	3,42	0,59	17,9	7,78	464,76	275,19	754,65	12,34	

11-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
302	КАША МОЛОЧ.ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/5	7	9,2	27	224	0,08	0,26	1,18	0,59	181,66	65,12	140,3	1,86	
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	3,6	28,7	152	0,02	1	0,1	0	61	45	7	1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
ИТОГО			12,54	13,14	75,14	472	0,10	1,30	1,28	1,03	250,66	115,72	173,30	3,30	
ОБЕД															
52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНО	60	0,76	9,04	4,59	103,00	0,01	0,01	5,10	4,02	18,87	11,22	21,93	0,71	
140	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК ИЗД.	200	2,26	4,3	16,68	117	0,06	0,08	13,2	0,23	18,63	19,61	52,91	0,85	
492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	20,27	6,74	28,08	256	0,16	0,09	4,8	1,35	25,92	45,3	194,06	1,76	
631	КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	27,87	109	0,01	0,01	6,6	0,08	6,88	3,6	4,4	0,95	
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,25	2,94	22,32	125	0,01	0	0	0	11,27	0	46,99	1,18	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
ИТОГО			28,52	23,78	100,14	836	0,25	0,23	29,70	6,46	95,97	91,13	372,49	7,69	
			41,06	36,92	175,28	1308	0,35	1,53	30,98	7,49	346,63	206,85	545,79	10,99	

12-й день Завтрак

№ По СР.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	К	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
			Б	Ж	У										
337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт.	5,1	4,6	0,3	63	0,07	0	0,35	0	55	185	54	3	
302	КАША МОЛОЧ.ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/5	17,66	20,19	20,38	244	0,08	0,1	1,23	0,43	174,02	20,72	69,12	0,52	
297	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,02	0,75	0	65,25	11,4	53,24	0,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
	ИТОГО		27,40	26,78	57,48	489	0,17	0,16	2,33	0,87	302,27	22,72	202,36	4,86	
ОБЕД															
	ВИНЕГРЕТ	60	0,48	0,06	0,96	8	0,02	0,02	3	0,06	13,8	8,4	14,4	0,36	
133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫ	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107	0,04	0,1	18,39	0,29	21,41	27,91	85,17	1,01	
474	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90(50/40)	18,29	7,54	3,51	157	0,05	0,23	0,84	2,08	36,61	25,49	202,77	2,09	
511	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,11	38,61	228	0,07	0,04	0	0,44	5,13	27,03	82,28	0,55	
705	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	20	133	0	0,01	0,06	0	12,4	3,4	3,4	0,66	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,82	0,6	0,6	125	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
	ИТОГО		30,65	17,39	78,98	759	0,18	0,44	22,29	3,65	103,75	103,63	440,22	6,91	
			58,05	44,17	136,46	1248	0,35	0,6	24,62	4,52	406,02	126,35	642,58	11,77	